

# LibraMed

Nützlich für den Umgang mit Übergewicht und Adipositas sowie bei erhöhtem Bauchumfang

Mit Policaptil GEL RETARD

Patentierter Komplex aus Polysaccharid-Makromolekülen  
100% NATÜRLICH

Hilft Blutzuckerspitzen nach Mahlzeiten zu kontrollieren. Verringert die Aufnahme von Fetten und das Hungergefühl.

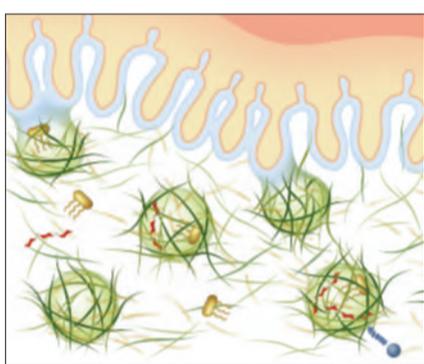
Tabletten

MEDIZINPRODUKT Klasse IIa

**Libramed** ist ein klinisch getestetes Medizinprodukt, das dank **Policaptil Gel Retard®**, einem patentierten Komplex aus Polysaccharid-Makromolekülen aus der Aboca-Forschung, wirkt.

**Policaptil Gel Retard®** wirkt auf den Darm durch die Bildung eines hochviskosen Gels, das **die Kontrolle von Blutzuckerspitzen nach Mahlzeiten fördert, indem es die Aufnahmemenge und -geschwindigkeit von Kohlenhydraten reduziert** (Retard-Wirkung). Das bewirkt auch **eine Verringerung des Hungergefühls und der Müdigkeit nach Mahlzeiten**.

Darüber hinaus **schränkt Policaptil Gel Retard®** durch diesen Mechanismus **die Fettaufnahme ein, fördert die Darmpassage und reguliert die Stuhlkonsistenz**.



Policaptil Gel Retard® bildet ein Netz, das Kohlenhydrate und Fette umgibt, wodurch deren Kontakt zur Darmoberfläche erschwert und somit deren Verfügbarkeit für die Resorption verringert wird.

## ANWENDUNGSGEBIETE

Libramed eignet sich dank seines Wirkungsmechanismus für:

### Erwachsene und Jugendliche ab 12 Jahren

- Im Fall von Übergewicht und Adipositas
- Bei erhöhtem Bauchumfang, auch bei normalem Gewicht

### Kinder ab 8 Jahren

- Im Fall von Übergewicht und Adipositas

Das Produkt entfaltet seine maximale Wirksamkeit in Kombination mit einer ausgeglichenen Diät, angemessener Flüssigkeitsaufnahme und regelmäßiger körperlicher Betätigung.

## DIE WIRKSAMKEIT VON LIBRAMED WURDE KLINISCH GETESTET

Wirksamkeit und Sicherheit von Libramed wurden mit Erwachsenen und Jugendlichen klinisch getestet.

In einer Studie mit 30 übergewichtigen und adipösen Erwachsenen wurde beurteilt, ob sich Gewicht, BMI (Body-Mass-Index) und Bauchumfang verringern. Den Teilnehmern der Studie wurde über 60 Tage Libramed verabreicht, zusammen mit Empfehlungen zu Ernährung und Verhaltensweisen. Eine statistisch signifikante Verringerung des Gewichts, des BMI sowie des Bauchumfangs wurde festgestellt. Auch wurde von geringerer Müdigkeit nach den Mahlzeiten berichtet.

In einer weiteren einjährigen klinischen Studie mit 133 Jugendlichen im Alter zwischen 8 und 13 Jahren mit Übergewicht-Adipositas und familiärer Vorgeschichte von Adipositas und Diabetes wurde die Wirkung der Einnahme von Libramed bei gleichzeitiger Diät mit niedrigem glykämischen Index (LGI) beurteilt im Vergleich zu zwei Gruppen, die sich entweder nur kalorienarm oder nach einer Diät mit niedrigem glykämischen Index (LGI) ernährten. Die Studie zeigte, dass die Einnahme von Libramed in Kombination mit einer Diät mit niedrigem glykämischen Index (LGI) im Vergleich zu Gruppen, die nur Diät hielten, zu einer statistisch signifikanten Verringerung des Gewichts und anderer wichtiger Parameter des Glucosestoffwechsels führt.

## ZUSAMMENSETZUNG

Patentierter Komplex aus Polysaccharid-Makromolekülen (Policaptil Gel Retard®); Aromen aus Orange, Apfel und Zitrone.

Policaptil Gel Retard® ist ein patentierter makromolekularer Komplex aus der Aboca-Forschung, der mit einer Technologie hergestellt wird, bei der spezifische Polysaccharid-Fractionen aus *Cellulose*, *Opuntia ficus-indica*, *Amorphophallus konjac*, *Althaea officinalis*, *Linum usitatissimum*, *Tilia platyphyllos*, *Cichorium intybus* gewonnen werden.

## ANWENDUNGSHINWEISE

**Erwachsene und Jugendliche über 12 Jahre:** 3 Tabletten vor den beiden Hauptmahlzeiten.

**Kinder zwischen 8 und 12 Jahren:** 2 Tabletten vor den beiden Hauptmahlzeiten.

Die angegebene Dosis mit einem großen Glas Wasser einnehmen und darauf achten, die Tabletten jeweils einzeln hinunterzuschlucken. Die Tabletten nicht kauen bzw. mit den Zähnen zerkleinern.

Wer Probleme beim Schlucken von Tabletten hat, kann die Libramed-Tabletten in lauwarmes Wasser oder ungezuckerte Früchte- bzw. Kräutertees geben und bis zur vollständigen Auflösung umrühren. Das entstandene Getränk muss innerhalb weniger Minuten, bevor die Gelbildung einsetzt, eingenommen werden.

## DAUER DER BEHANDLUNG

Libramed mindestens 2 Monate lang einnehmen, dabei die Einnahme nach jedem Behandlungsmonat für 2-3 Tage unterbrechen.



gluten free

60,9 g Glasflasche mit 84 Tabletten jeweils à 725 mg

## NEBENWIRKUNGEN

Die Sicherheit von Libramed wurde in klinischen Studien mit Erwachsenen und Jugendlichen nachgewiesen, bei denen sich eine optimale Verträglichkeit zeigte. Die Einnahme von Libramed verursachte keine Veränderung der wichtigsten Blut- und Urinwerte. In den ersten Tagen der Anwendung können Blähungen auftreten, die mit fortgesetzter Einnahme wieder verschwinden. In diesen Fällen wird empfohlen, die Dosierung auf 1 Tablette zweimal täglich zu reduzieren und diese graduell wieder auf die angegebene Dosierung zu erhöhen.

## HINWEISE

Wer Probleme beim Schlucken von Tabletten hat, sollte die direkte Einnahme der Tabletten vermeiden und diese vorher auflösen. Es wird empfohlen, das Produkt mit zwei Stunden Abstand zu Arzneimitteln einzunehmen, um Wechselwirkungen bei deren Aufnahme zu vermeiden. Nicht während der Schwangerschaft und Stillzeit einnehmen. Personen, die Arzneimittel für Diabetes und Hyperlipidämie einnehmen, wird empfohlen, mit dem Arzt Rücksprache zu halten, um abzuklären, ob die Dosierung der Arzneimittel eventuell verändert werden muss. Bei Überempfindlichkeit oder Allergie gegen einen oder mehrere Inhaltsstoffe nicht anwenden. Bei Zimmertemperatur aufbewahren und vor Hitze und Licht schützen. Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren. Das Verfallsdatum bezieht sich auf das ungeöffnete und ordnungsgemäß aufbewahrte Produkt.

## ERHÄLTICHE PACKUNGEN

Libramed ist in zwei Darreichungsformen erhältlich:

- **Libramed Granulat:**  
Packung mit 40 Einzeldosis-Beuteln à 2,35 g.
- **Libramed Tabletten:**  
Packung mit 84 Schlucktabletten jeweils à 725 mg.

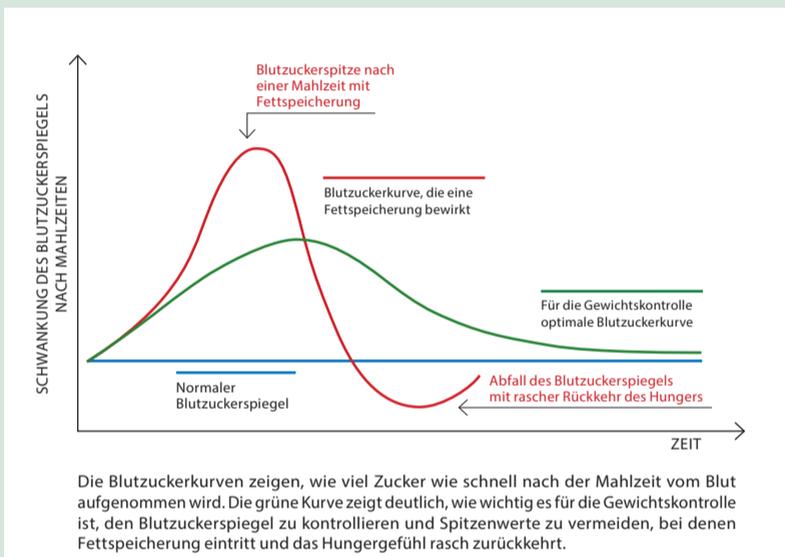
## VERFALLSDATUM

Siehe Verfallsdatum auf der Verpackung. Nach Ablauf des angegebenen Verfallsdatums nicht mehr verwenden.

## DIE BEDEUTUNG DES BLUTZUCKERWERTS FÜR DIE GEWICHTSKONTROLLE

An der Regelung des Körpergewichts wirken verschiedene Faktoren mit. Einige davon sind sehr bekannt, wie die mit der Nahrung zugeführte Energiemenge (Kalorien), Cholesterin und Triglyceride. Andere sind zwar weniger bekannt, jedoch von grundlegender Bedeutung, wie die Blutzuckerwerte (Blutzuckerspiegel) und deren Schwankungen im Tagesverlauf.

Der Blutzuckerwert wird durch das Hormon Insulin geregelt, das von der Bauchspeicheldrüse produziert und abgegeben wird als Reaktion auf die mit der Nahrung aufgenommenen Kohlenhydrate: Steigt der Blutzuckerwert stark und abrupt, wird mehr Insulin abgegeben, was einen plötzlichen Abfall des Blutzuckerwerts und die daraus resultierende Speicherung von Fetten in den Fettpolstern und schnelle Rückkehr des Hungergefühls bewirkt.



Die Kontrolle von Blutzuckerspitzen nach Mahlzeiten:

- ermöglicht eine korrekte Nutzung der Kohlenhydrate;
- fördert das Sättigungsgefühl und die Kontrolle des Hungers;
- fördert die Abnahme des Körpergewichts mit Reduzierung der Fettmasse und des Bauchumfangs;
- verringert die Müdigkeit nach den Mahlzeiten.

## DER UMGANG MIT DER GEWICHTSKONTROLLE IM PÄDIATRISCHEN ALTER

Der Umgang mit der Gewichtskontrolle beim Kind **erfordert eine besondere Vorgehensweise im Vergleich zum Erwachsenen**. In der Pädiatrie ist es unerlässlich, durch eine ausreichende Versorgung mit Nährstoffen, **eine Gewichtszunahme zu gewährleisten, die im richtigen Verhältnis zur Entwicklung des Individuums steht**. Gleichzeitig müssen Übergewicht und Adipositas vermieden werden, Phänomene, die in modernen Gesellschaften immer häufiger auftreten und die den Gesundheitszustand des Kindes ernsthaft beeinträchtigen können. Ein richtiger Ansatz für den Umgang mit dem Gewicht im Kindesalter sollte mit der Kontrolle der wichtigsten Risikofaktoren, schlechte Ernährung und Bewegungsmangel, beginnen, um den Gesundheitszustand des Kindes und sein harmonisches Wachstum zu schützen sowie Adipositas und den damit verbundenen Krankheiten nach Erreichen des Erwachsenenalters vorzubeugen. Ziel sollte es sein, die übermäßige Gewichtszunahme zu verlangsamen bzw. zu stoppen, und dadurch dem Kind zu ermöglichen, in die Höhe zu wachsen und ein zu seiner Größe proportionales Gewicht zu halten. Das am besten geeignete Mittel, um dieses Ziel zu erreichen, ist eine Kombination aus Diät und Verhaltensregeln, die zusammen mit der Familie umgesetzt wird und auf mehrere Faktoren einwirken muss:



### ERNÄHRUNG

Einhaltung einer angemessenen Ernährung, d.h. abwechslungsreich und ausgeglichen, die alle Lebensmittel in der richtigen Menge beinhaltet, Obst und Gemüse bevorzugt sowie Speisen und Getränke mit hohem Gehalt an einfachen Zuckern einschränkt.



### BEWEGUNG

Verringerung des Bewegungsmangels durch tägliche körperliche Betätigung, unter Förderung des freien Spiels und der organisierten sportlichen Aktivität.

In den Fällen, in denen eine korrekte Ernährung und eine angemessene körperliche Betätigung nicht ausreichen, um Übergewicht entgegenzuwirken, das die Gesundheit des Kindes gefährdet, kann es nützlich sein, unter Anleitung des Kinderarztes, unterstützend mit einem spezifischen therapeutischen Produkt einzugreifen.

Letzte Überarbeitung: 10/2017



[www.libramed.info/de](http://www.libramed.info/de)



0373



Dies ist ein Produkt der **Fitomagra** Linie